



1
Promouvoir
la santé mentale

2
Déstigmatiser
les troubles psychiques

3
Fédérer en faveur
de la santé mentale

Semaines d'information sur la santé mentale

BIEN DANS MA TÊTE !

Les rencontres pour parler de la santé mentale autrement
5 au 18 octobre 2026

AGORA

Mardi 6 octobre | 18h > 21h
Soirée Jeunesse ; Jeux, Quiz,
Échanges autour de la santé mentale
Jeunes & familles | Entrée libre

Mercredi 7 octobre | 10h > 12h
Corps en mouvement
Tout public | Sur inscription

Samedi 10 octobre | 14h > 16h
Art-thérapie
Tout public | Sur inscription

Lundi 12 octobre | 14h
Atelier d'écriture
Adultes | Sur inscription

Mardi 13 octobre | 14h > 16h
Musicothérapie
Tout public | Sur inscription

Jeudi 15 octobre | 10h > 12h
Art-thérapie
Tout public | Sur inscription

Vendredi 16 octobre | 14h > 21h
Échanges autour de la santé mentale
Village des partenaires
Ateliers participatifs
Animations artistiques
Activités bien-être
Gratuit | Tout public | Entrée libre

📍 254, bd du Maréchal-Juin

✉️ polesante@manteslajolie.fr



ESPACE BRASSENS

Lundi 5 octobre | 18h30
Ciné-débat
« Un psy dans ma cité »
Gratuit | Tout public
Sur inscription

✉️ polesante@manteslajolie.fr

GEM DE L'AMITIÉ

Lundi 12 octobre | 10h
Atelier cuisine
📍 13, bd Victor-Duhamel
Adultes | sur inscription
Places limitées

✉️ polesante@manteslajolie.fr

LES RENDEZ-VOUS CULTURE & BIEN-ÊTRE

Venez bouger, respirer, découvrir et partager.

MUSÉE DE L'HÔTEL-DIEU



Visites méditatives & Yoga

Mardi 6 octobre | 14h00 > 16h00
Vendredi 9 octobre | 09h30 > 11h30
Mardi 13 octobre | 14h00 > 16h00
Vendredi 16 octobre | 09h30 > 11h30

MÉDIATHÈQUES DUHAMEL & CHOPIN

Atelier « Je mets l'art en page »
Mercredi 7 octobre | 15h > 17h

Atelier « L'art de titrer »
Samedi 11 octobre | 10h > 12h

Yoga

Mercredi 14 octobre
à Chopin | 10h > 11h
à Duhamel | 14h > 15h

MÉDIATHÈQUE ABEL-LAUVRAY

Performance

« Un chemin vers l'autre »
Mardi 6 octobre | 14h > 16h
Mardi 13 octobre | 10h > 12h

Yoga du son & créativité
Jeudi 8 & Vendredi 9 octobre
10h > 12h et 14h > 16h



Gratuit | Tout public
Sur inscriptions 7 > 25 sept. 2026
 hdeh@manteslajolie.fr



ET AUSSI... NE MANQUEZ PAS LE SPECTACLE !

Vendredi 6 novembre
Théâtre – Une pause, SVP !
18h30 | Espace Brassens
Une comédie touchante et pleine d'humour.
Gratuit | Tout public | Sur inscription
 polesante@manteslajolie.fr



Les SISM qu'est-ce que c'est ?

Des centaines d'événements
partout en France

ATELIERS

CINÉ-DÉBATS

PORTES OUVERTES

CONFÉRENCES

EXPOSITIONS

ANIMATIONS



Les événements SISM :

- ✓ ne servent pas des intérêts commerciaux
- ✓ s'adressent à toutes et tous
- ✓ sont à but non lucratif et gratuits

www.semaines-sante-mentale.fr



Collectif national des SISM

Comité de pilotage



Comité de soutien

